# Relax Papillon

ATELIER SOPHROLOGIE
POUR ADULTES

## PROFITER SEREINEMENT DES FÊTES

Offrez-vous une parenthèse de douceur pour apprendre à ralentir et à préserver votre sérénité, même au cœur du tourbillon des fêtes de fin d'année.

**SAMEDI 12 DÉCEMBRE**
**16H30 - 17H30**
**JARDIN D'ESCULAPE À ORLÉANS**



**Programme :**

- Relâcher les tensions
- Retrouver le calme
- Se préserver des tensions extérieures
- Partager un moment de bienveillance

**Places limitées à 6 personnes**

**Sur réservation:**
**sophrologue.sbesset@gmail.com**
**18 € l'atelier**